



## **Ci vuole orecchio**

### **La natura musicale della psicoterapia**

*“Perché ci vuole orecchio  
Per fare certe cose  
Ci vuole orecchio”  
E. Jannacci*

Così cantava negli anni '80 Enzo Jannacci, medico, musicista e compositore.

Grande appassionato di jazz, il dott. Jannacci aveva la capacità, davvero unica, di far riflettere, usando parole semplici e motivetti orecchiabili.

“Ci vuole orecchio”, infatti, è diventato per me un invito a vivere seguendo il proprio ritmo e ascoltando il ritmo degli altri, in modo da poter andare a tempo, coltivando tatto, intelligenza, intuito e sensibilità, per cogliere le sfumature più complesse delle relazioni umane.

Per fare certe cose, e tra queste sicuramente includerei la psicoterapia, e in particolare la terapia familiare, bisogna aver sviluppato un buon orecchio musicale.

Quando incontriamo una famiglia, il primo passo è l'accordatura, una sorta di joining, di coupling musicale, durante il quale si accordano gli strumenti, prima di cominciare a suonare insieme.

Si fanno, cioè, le prove, in modo da identificare le qualità dei singoli suoni, come si organizzano nell'interazione spontanea che via via si struttura durante l'incontro.

Recenti studi di neuropsicologia dimostrano che nell'esecuzione di un brano per quartetto d'archi i musicisti sono coinvolti in un'intensa interazione emotiva, che risulta tanto più evidente a confronto con quelle esecuzioni in cui i musicisti suonano le stesse parti da soli: in questo caso, infatti, l'attivazione delle aree del cervello preposte alle reazioni emotive è inferiore rispetto a quanto accade quando i musicisti suonano in gruppo.

Attraverso i primi tentativi di accordatura e sintonizzazione interpersonale, dunque, si entra nel cuore della storia familiare, muovendosi con garbo e delicatezza lungo le scale di una partitura musicale ancora sconosciuta, di cui è possibile individuare i primi assoli, ora più timidi, ora più incisivi, fino a raggiungere, nella fitta trama sonoro-emotiva dell'incontro, il tema dominante della narrazione.

La metafora del jazz ci sembra particolarmente appropriata per descrivere questi processi di sintonizzazione emotiva che avvengono in maniera del tutto implicita durante il processo terapeutico.

L'improvvisazione in musica, in una conversazione, nella terapia e nella vita in genere, ha una logica circolare, per cui quello che si è suonato in precedenza condiziona quello che si suonerà in un momento successivo, che a sua volta retroagisce e ridefinisce il significato emerso, dando una certa legittimazione ad eventuali errori e comportamenti incoerenti.

Quando lavoriamo in terapia con una famiglia, siamo immersi in un flusso continuo che potremmo dire rappresenta la voce più importante del campo intersoggettivo, quella del contesto, generativo di significati: aperture imprevedibili, con le quali il nostro cuore deve essere in grado di accordarsi.

In questo modo, la stanza della terapia diventa *"la stanza della musica"*.

Terapeuta e famiglia costruiscono insieme la loro personale jam session.

Come nell'interazione improvvisativa, infatti, la dimensione intersoggettiva è fondamentale per la riuscita dell'interazione musicale, così nell'esperienza terapeutica, la musica, cioè la qualità della presenza, dello sguardo, dell'ascolto, del gesto consapevole, diventa più importante delle parole.

La mia idea è che ogni terapeuta debba sviluppare il proprio talento, usando il canale sensoriale che gli è più consono. Alcuni, per esempio, si sentono a loro agio con le storie, sono i *"terapeuti narratori"*, altri con le immagini, i disegni, i colori, sono i *"terapeuti visionari"*, altri, invece, sono bravissimi con i bambini, inventano favole, fanno parlare

pupazzi e animali di stoffa, sono i “*terapeuti giocolieri*”, altri ancora hanno maggiore attitudine con i movimenti corporei, amano scolpire i tempi, le posture, gli sguardi, sono i “*terapeuti danzatori*”.

La musica è il linguaggio musicale delle emozioni e, a differenza delle altre arti, non ha bisogno di un medium per essere prodotta, come accade per la pittura, la fotografia, la scultura, ecc.

La voce, il canto, il suono, hanno a che fare con vibrazioni, sono il respiro della vita. Perciò, ritengo che, quando il terapeuta gioca con i suoi pazienti, bambini o adulti, se usa un disegno, un’immagine, una foto, un passo di danza, una scultura, in realtà sta facendo musica.

In questo modo, anche nel silenzio che segue alla fine di un incontro di terapia, egli può raccogliere quello che resta per custodirlo accuratamente nella propria memoria sonora.

### **Riferimenti Bibliografici**

Ruggiero G. (2023), “Prove d’orchestra. La natura musicale della psicoterapia”, Alpes, Roma

---

### **Giuseppe Ruggiero**

Psichiatra, Psicoterapeuta

Direttore Istituto di Medicina e Psicologia Sistemica di Napoli

Past President FIAP

Socio Fondatore AITF

Socio Didatta SIPPR

---



Accademia di Psicoterapia della Famiglia



[Gestisci la tua iscrizione](#) | [Cancella iscrizione](#)

Ricevi questa email perché ti sei registrato sul nostro sito e hai dato il consenso a ricevere comunicazioni da parte nostra.  
Accademia di Psicoterapia della Famiglia S.r.l., 34 Via Antonio Bosio 00161 Roma (RM), Roma, 00161 IT RM  
06 44 233 273

Messaggio inviato con **MaiUp**<sup>®</sup>